

MEIWEI
MIANDIAN
400 ZHONG



美味 面点 400种

金盾出版社



美味面点 400 种

(第二版)

中国人民解放军
空军后勤部军需部编

本书获“当代军人喜
爱的军版图书”三等奖

金 盾 出 版 社

内 容 提 要

本书是《中国南北名菜谱》的姐妹篇,由空军后勤部军需部组织编写,并经多位特级面点师详加校订。书中对面点制作的原料、辅料、成形与熟制的基本知识和制作工艺、操作技术均作了详细介绍。所列 400 种面点,汇集了各地名点及风味小吃的精华,品种高中低档齐备,口味兼顾南北东西,并有部分西点,是一本关于面点制作的实用性、普及性俱佳的参考书。第二版对全书进行了校订,全部采用法定计量单位,并增补精美彩照 20 余幅。

图书在版编目(CIP)数据

美味面点 400 种/中国人民解放军空军后勤部军需部编. —2版. —北京:金盾出版社,1990.6

ISBN 7-80022-200-4

I. 美… I. 中… III. 食谱,面点-烹饪-方法 IV. TS972.1

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 68218137

传真:68276683 电挂:0234

彩色印刷:北京精美彩印有限公司

黑白印刷:北京 2207 工厂

各地新华书店经销

开本:787×1092 1/32 印张:9.625 彩页:4 字数:217 千字

2001 年 6 月第 2 版第 20 次印刷

印数:850001—871000 册 定价:10.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

前 言

我国的面点制作有着悠久的历史,技艺精细,品种繁多。随着人民生活的不改善,对面点的要求也日益提高。为了使广大读者能够得到一部内容较为完备、技术又精纯可靠的面点制作工具书,同时也为有关院校提供一部可供学习的教材,空军后勤部军需部主持编写了这部《美味面点 400 种》。通过阅读本书,您将获得面点制作的各项基本知识,并可参照“制作实例”做出数百种风味各异的食物。

本书共分为两大部分:第一部分讲述面点制作中的原辅料、成形、熟制知识;第二部分对 400 种面点的具体作法逐一进行介绍。

本书由空军勤务学院军需教研室喻佑云同志主编,经北京市特一级面点师周敦厚、特二级面点师郝铁春、韩文超和空军江湾场站特一级面点师沈金山等同志详加校订。在编写过程中,曾得到商业部饮食服务局、北京市第二饮食服务局的支持与帮助,在此谨表谢意。

由于我们实践经验不足,加之时间和水平有限,在编写过程中难免有缺点和错误,谨请读者批评指正。

空军后勤部军需部

香松酥软齐全
色香味形俱佳





聚南
北风味，
集中西风
格。

精美
甜点
艺术的享
受





一日得尝
终身难忘



昔日宫廷御膳品
如今百姓席上珍





宾朋满座，端上这样一盘，定使满桌生辉……



本书彩照由总后勤部军需部和程秉新供稿

目 录

概述.....	(1)
第一章 原料.....	(4)
第一节 主要原料.....	(4)
第二节 制馅原料.....	(8)
第三节 调料和辅助原料.....	(9)
第四节 选用原料和加工辅料的一般知识	(17)
第二章 面团	(20)
第一节 水调面团	(21)
第二节 膨松面团	(24)
第三节 油酥面团	(37)
第四节 米粉面团	(44)
第五节 其它面团	(47)
第三章 馅心	(50)
第一节 馅心的作用和制作特点	(50)
第二节 馅心的种类和调制方法	(52)
第三节 包馅比例与要求	(63)
第四章 成形	(64)
第一节 成形准备	(65)
第二节 成形方法	(68)
第五章 熟制	(86)
第一节 熟制的作用和质量标准	(86)
第二节 熟制方法	(88)
第六章 制作实例.....	(101)
第一节 蒸食品种.....	(101)

馒头·····	(101)	银丝卷·····	(114)
开花馒头·····	(102)	金丝卷·····	(115)
肉丁馒头·····	(102)	金银花卷·····	(115)
糖包·····	(103)	四喜卷·····	(115)
什锦糖包·····	(103)	双色卷·····	(116)
三丁包子·····	(104)	麻花卷·····	(116)
豆沙包·····	(104)	三鲜蒸饺·····	(117)
小菜包子·····	(105)	四喜蒸饺·····	(117)
生肉包子·····	(105)	素馅蒸饺·····	(118)
水晶包子·····	(106)	原笼蒸饺·····	(118)
素馅包子·····	(106)	千层油糕·····	(119)
天津包子·····	(107)	千层玫瑰糕·····	(119)
山东包子·····	(107)	蜂糖糕·····	(120)
三鲜包子·····	(108)	卷筒夹沙糕·····	(120)
汤包·····	(108)	鸳鸯发糕·····	(121)
蟹黄汤包·····	(108)	盘转糕·····	(121)
龙凤包子·····	(109)	百果糕·····	(122)
小笼包子·····	(109)	蒸饼·····	(122)
葱花卷·····	(110)	团圆饼·····	(123)
脂油卷·····	(110)	双馅饼·····	(123)
千层卷·····	(111)	烧麦·····	(124)
猪蹄卷·····	(111)	翡翠烧麦·····	(124)
荷叶卷·····	(112)	糯米烧麦·····	(125)
蝴蝶卷·····	(112)	棉花糕·····	(125)
菊花卷·····	(112)	腊味萝卜糕·····	(126)
鸳鸯卷·····	(113)	果料蜂糕·····	(126)
鸡丝卷·····	(113)	豆馅切糕·····	(127)

枣糕·····	(127)	脂油松糕·····	(139)
水晶糕·····	(128)	山药糕·····	(140)
豆面糕·····	(128)	莲子糕·····	(140)
软脂糕·····	(128)	绿豆糕·····	(141)
重阳糕·····	(129)	玫瑰九层糕·····	(141)
火炙糕·····	(130)	三色糕·····	(142)
香糕·····	(130)	山楂云片糕·····	(142)
茯苓糕·····	(131)	果酱卷糕·····	(142)
豆沙卷糕·····	(131)	鸳鸯蛋糕·····	(143)
脂油年糕·····	(131)	第二节 煮食品	
夹糖年糕·····	(132)	种·····	(143)
桂花糖年糕·····	(132)	炸酱面·····	(143)
红枣年糕·····	(133)	打卤面·····	(144)
百果年糕·····	(133)	臊子面·····	(144)
糯米麻团·····	(134)	鳝鱼丝汤面·····	(145)
金圆团·····	(134)	盖浇面·····	(145)
糯米雪球·····	(134)	开洋葱油面·····	(146)
糍粑·····	(135)	白汤大面·····	(146)
艾窝窝·····	(135)	虾仁鸡蛋面·····	(147)
一锭雪茶酥·····	(136)	清汤牛肉面·····	(147)
酒酿·····	(136)	三鲜汤面·····	(147)
荷叶饭·····	(137)	肉丝干拌面·····	(148)
糯米凉糕·····	(137)	三鲜炒面·····	(148)
三层凉糕·····	(138)	伊府面·····	(149)
枣泥米糕·····	(138)	麻酱凉拌面·····	(149)
如意糯米糕·····	(138)	担担面·····	(149)
松子枣泥糕·····	(139)	清汤鱼面·····	(150)

抻面·····	(150)
刀削面·····	(151)
拨鱼面·····	(152)
烩麻什·····	(152)
清汤馄饨·····	(152)
淮园馄饨·····	(153)
过桥馄饨·····	(154)
鲜肉大馄饨·····	(154)
三鲜水饺·····	(155)
高汤水饺·····	(155)
羊肉水饺·····	(156)
虾仁水饺·····	(156)
鱼肉水饺·····	(157)
花素水饺·····	(157)
酒锅汤圆·····	(158)
脂油汤圆·····	(158)
橙羹小汤圆·····	(159)
鲜肉汤圆·····	(159)
水磨汤团·····	(160)
肉馅汤团·····	(160)
鸽蛋圆子·····	(160)
红枣粽子·····	(161)
鲜肉粽子·····	(162)
麻仁水磨元宵·····	(162)
什锦元宵·····	(163)
桂花元宵·····	(163)
核桃酪·····	(164)

荸荠糕·····	(164)
栗蓉糕·····	(164)
芋蓉冬瓜糕·····	(165)
三色豆茸·····	(165)
豌豆黄·····	(166)
赤豆茸冻·····	(166)
八鲜羹·····	(166)

第三节 炸食品

种·····	(167)
油条·····	(167)
油饼·····	(168)
套环·····	(168)
麻叶·····	(169)
酥麻花·····	(169)
脆麻花·····	(169)
芝麻麻花·····	(170)
蛋酥麻花·····	(170)
烫面炸糕·····	(171)
酥面炸糕·····	(171)
鸡丝春卷·····	(171)
韭黄春卷·····	(172)
三丝春卷·····	(172)
炸酥饺·····	(173)
三鲜炸盒·····	(173)
炸糖盒·····	(174)
肉丝锅饼·····	(175)
炸回头·····	(175)

茶馓·····	(176)	芝麻蛋酥·····	(188)
拔丝蜜果·····	(176)	凤凰蛋酥·····	(189)
挂霜蜜果·····	(177)	金银香酥卷·····	(189)
脆果·····	(177)	脂油双麻酥·····	(190)
炸三角·····	(178)	核桃酥·····	(190)
鸳鸯酥盒·····	(178)	雪花酥·····	(191)
糯米豆沙炸糕·····	(179)	白牡丹·····	(192)
米粉麻球·····	(179)	姜酥排叉·····	(192)
蜜汁糯米饼·····	(180)	炸酥盒·····	(193)
炸桂花年糕·····	(180)	炸一品酥饼·····	(193)
糕坨·····	(180)	冰花鸡蛋馓·····	(194)
拔丝小汤圆·····	(181)	炸蜜球·····	(194)
麻雀蛋·····	(181)	炸玫瑰卷·····	(195)
江米条·····	(181)	蜜三刀·····	(195)
甘薯鸡腿·····	(182)	开口笑·····	(196)
三角蜜·····	(182)	第四节 煎烙品	
百酥油糕·····	(183)	种·····	(196)
芙蓉糕·····	(183)	三鲜锅贴·····	(196)
虎皮糕·····	(184)	清蒸锅贴·····	(197)
萨其马·····	(184)	水煎包·····	(197)
千层酥·····	(185)	煎鲜虾酥·····	(198)
百合酥·····	(185)	咸煎饼·····	(199)
菊花酥·····	(186)	煎肉丝春饼·····	(199)
马蹄酥·····	(186)	酒酿饼·····	(200)
莲花酥·····	(187)	馅饼·····	(200)
如意酥·····	(187)	蛋糊饼·····	(201)
淇淋酥·····	(188)	鸡蛋大饼·····	(201)

盘丝饼·····	(202)	油酥烧饼·····	(214)
葱花脂油饼·····	(202)	盘香烧饼·····	(214)
荷叶饼·····	(203)	糖酥烧饼·····	(215)
家常饼·····	(203)	糖酥罗汉饼·····	(215)
清糖饼·····	(203)	素馅酥烧饼·····	(216)
混糖饼·····	(204)	芝麻酥烧饼·····	(216)
麻酱饼·····	(204)	脂油酥饼·····	(217)
烫面豆沙饼·····	(205)	枣泥酥饼·····	(217)
糖酥饼·····	(205)	八宝酥饼·····	(218)
香酥饼·····	(205)	叉烧酥饼·····	(218)
什锦酥饼·····	(206)	猪肉火烧·····	(219)
冬菜饼·····	(207)	油酥火烧·····	(219)
肉丁饼·····	(207)	豆沙火烧·····	(220)
羊肉饼·····	(208)	豆沙松酥卷·····	(220)
广东饼·····	(208)	奶油酥卷·····	(220)
锅烙·····	(209)	糖麻卷·····	(221)
三鲜烙盒·····	(209)	糖皮麻茸卷·····	(221)
韭菜烙盒·····	(210)	五仁松酥条·····	(222)
清糖锅盔·····	(210)	油蛋酥条·····	(223)
第五节 烤食品		蛋白酥条·····	(223)
种·····	(211)	芝麻酥条·····	(224)
椒盐烧饼·····	(211)	枣泥酥条·····	(224)
糖烧饼·····	(211)	花生手指·····	(224)
葱火烧饼·····	(212)	鸳鸯酥·····	(225)
麻酱烧饼·····	(212)	豆沙酥·····	(225)
豆馅烧饼·····	(213)	香蕉酥·····	(226)
黄桥烧饼·····	(213)	梅花酥·····	(226)

桃酥·····	(227)	什锦蛋糕·····	(239)
砂糖酥·····	(227)	三色蛋糕·····	(240)
白皮酥·····	(227)	卷筒蛋糕·····	(240)
混糖酥·····	(228)	雪花蛋糕·····	(241)
双层酥·····	(228)	五龙糕·····	(241)
桂花酥·····	(229)	长寿糕·····	(241)
火腿酥·····	(229)	白色云片糕·····	(242)
三鲜酥·····	(230)	水晶月饼·····	(242)
佛手酥·····	(230)	牛舌月饼·····	(243)
海参酥·····	(231)	翻毛月饼·····	(243)
鲜桃酥·····	(231)	牛肉月饼·····	(244)
柿子酥·····	(232)	广东(京)五仁月饼	
牛舌酥·····	(232)	·····	(244)
肉松酥·····	(233)	丰收饼(自来红)·····	(245)
可可蛋酥·····	(233)	白月饼(自来白)·····	(245)
凤冠鸡酥·····	(234)	双麻月饼·····	(246)
茶酥·····	(234)	蛋白饼干·····	(246)
蛋黄酥·····	(235)	花生饼干·····	(247)
腰花酥·····	(235)	香草饼干·····	(247)
蚕茧酥·····	(236)	砂糖饼干·····	(247)
三色奶酥·····	(236)	双麻饼干·····	(248)
开花酥·····	(237)	夹馅饼干·····	(248)
杏仁酥·····	(237)	夹心饼干·····	(249)
水晶酥·····	(237)	花色饼干·····	(249)
梅花蛋糕·····	(238)	吉士饼干·····	(249)
葡萄干蛋糕·····	(238)	盐卜脆饼干·····	(250)
水果蛋糕·····	(239)	苏打饼干·····	(250)